

## Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)

Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia

ISBN: 978-623-97248-0-1

### Kecenderungan Kecanduan *Game Online* pada Remaja selama masa Pandemi COVID-19

Rahmi Putri Rangkuti<sup>1</sup> Indri Kemala Nasution<sup>2</sup> Rahma Yurliani<sup>3</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Sumatera Utara<sup>123</sup>

Email: rahmi03@usu.ac.id

**Abstrak.** Tujuan penelitian ini ingin mengetahui gambaran kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja. Selama masa pandemi COVID-19, sekitar awal tahun 2020 sampai saat ini seluruh siswa di Indonesia mengikuti kegiatan sekolah secara daring. Remaja semakin sering menggunakan internet. Kemungkinan remaja untuk mengakses Internet selain kegiatan belajar juga semakin meningkat, salah satunya menggunakan internet untuk bermain *game online*. Penelitian menggunakan metode kuantitatif deskriptif pada 1094 siswa dengan usia rata-rata 12,94 tahun ( $SD=0,97$ ) di SMP kota Medan. Skala penelitian adalah skala kecenderungan *Internet Gaming Disorder* (IGD) diberikan secara *online* melalui google formulir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir 6 % siswa mengalami kecenderungan kecanduan *game online* kategori berat dan lebih dari 22 % pada kategori sedang. Selanjutnya siswa laki-laki lebih cenderung mengalami kecanduan *game online* dari pada siswa perempuan. Kesimpulannya siswa yang mengalami kecenderungan kecanduan *game online* dalam kategori berat dan sedang hampir 30%, angka ini cukup mengkhawatirkan mengingat subjek penelitian adalah remaja awal. Saran penelitian, untuk mencegah peningkatan kecanduan *game online* dengan mengendalikan penggunaan Internet siswa yang melibatkan orangtua misalnya orangtua berdiskusi dengan remaja tentang penggunaan Internet dan membuat aturan penggunaan internet.

**Kata Kunci :** kecanduan, *game online*, remaja

#### PENDAHULUAN

Desember 2019, virus corona (SARS-CoV-2) muncul. Merupakan suatu epidemi sindrom pernafasan akut (COVID-19) pada manusia, berpusat di Wuhan, China (Bavel dkk, 2020; Phelan Katz, & Gostin dkk, 2020). Dalam tiga bulan, virus telah menyebar ke lebih dari 118.000 kasus dan menyebabkan 4.291 kematian di 114 negara, membuat Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengumumkannya sebagai pandemi global. Penyebaran virus yang cepat menyebabkan kampanye kesehatan besar-besaran pada masyarakat global untuk memperlambat penyebaran virus yaitu dengan meningkatkan mencuci tangan, mengurangi sentuhan wajah, mengenakan masker di tempat umum dan menjaga jarak secara fisik (Bavel dkk, 2020). Krisis kesehatan ini menyebabkan perubahan yang besar dalam kebiasaan hidup seluruh masyarakat dunia dari anak-anak sampai lansia.

Indonesia juga menerapkan berbagai kebiasaan baru untuk menekan penyebaran COVID-19. Salah satu yang cukup besar adalah menutup sekolah dan menerapkan pembelajaran jarak jauh (PJJ) bagi seluruh siswa. Berdasarkan Surat Edaran Mendikbud Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran COVID-19 yang dikeluarkan pada tanggal 24 maret 2020 maka seluruh siswa melakukan belajar di rumah dengan sistem daring (online) (Bestari, 2020).

Sekolah daring ini sendiri menimbulkan pro dan kontra dari berbagai kalangan. Namun pada penelitian ini peneliti hanya ingin menyoroti penggunaan internet pada siswa selama melakukan PJJ. Secara umum pengguna internet meningkat dari tahun ke tahun. Pengguna

## Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)

Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia

ISBN: 978-623-97248-0-1

internet di dunia pada tahun 2020 di kutip dari laman Hootsuite & We are social mencapai 4.5 miliar pengguna. Hal ini diperkirakan lebih dari 60 % penduduk di dunia sudah menggunakan internet (Kemp, 2020). Selanjutnya pengguna internet di Indonesia mencapai 175,4 juta pengguna pada tahun 2020 (Kemp, 2020). Total penduduk Indonesia pada tahun 2020 berdasarkan data Badan Pusat Statistik adalah 270.20 juta penduduk (Midayanti, 2021), maka jumlah pengguna internet di Indonesia sekitar 65 % penduduk Indonesia. Kominfo (2020) menyatakan bahwa terjadi peningkatan penggunaan Internet sebanyak 40% seiring dengan diterapkannya PJJ dan berkerja di rumah di Indonesia.

Internet menawarkan banyak manfaat dalam kehidupan manusia seperti saat pandemi ini, internet membantu siswa untuk mengikuti kegiatan belajar dari rumah sehingga terhindar dari kemungkinan terinfeksi virus COVID-19. Hanya saja Internet juga dapat memberikan dampak negatif pada penggunaannya. Salah satunya adalah kecanduan Internet. *Internet addiction* pertama kali dikemukakan Dr. Ivan Goldberg pada tahun 1996 (Salicetia, 2015; Suler, 1996; Watson, 2005), merupakan gangguan yang terjadi akibat penggunaan internet. Seperti kecanduan lainnya, *internet addiction* dipandang sebagai gangguan psiko-fisiologikal yang melibatkan *tolerance*, *withdrawal symptom*, gangguan afeksi dan terganggunya hubungan sosial. Mak, dkk (2014) menemukan bahwa prevalensi kecanduan internet adalah 1-5% di enam negara Asia: 1,2% di Korea Selatan; 2,2% di Cina; 2,4% di Malaysia; 3% di Hong Kong; 3,1% di Jepang dan 5% di Filipina. Survei yang dilakukan di Amerika Serikat dan Eropa menunjukkan prevalensi kecanduan internet antara 1,5% dan 8,2%, tergantung pada kriteria diagnostic (Weinstein & Lejoyeux, 2010).

Kecanduan pada internet semakin menjadi perhatian saat The Diagnostic and Statistical Manual of mental disorders (DSM-5; American Psychiatric Association, 2013), memasukkan *Internet Gaming Disorder* (IGD) pada bagian III, dimana gangguan ini membutuhkan penelitian ilmiah tambahan. Menurut APA (2013), IGD didefinisikan sebagai penggunaan Internet yang terus-menerus dan berulang untuk terlibat dalam permainan, sering kali dengan pemain lain, yang menyebabkan gangguan atau distress yang signifikan secara klinis. Kriteria diagnostik dibangun berdasarkan patologis perjudian dan ketergantungan zat, dengan sembilan kriteria diagnostic telah diusulkan. Seseorang akan dikatakan mengalami kecanduan ketika paling sedikit 5 dari kesembilan kriteria diagnosa terpenuhi. Sembilan kriteria tersebut adalah *preoccupation*, *tolerance*, *withdrawal*, *persistence*, *escape*, *problems*, *deception*, *displacement*, dan *conflict*. Pada DSM-5 kecanduan yang dikaji adalah kecanduan Internet yang khusus pada *game* atau permainan. Prevalensi kecanduan *game online* dapat dilihat dari penelitian IGD di tujuh negara Eropa berdasarkan sampel representatif dari 12.938 remaja usia antara 14 dan 17 tahun, hasil penelitian menemukan 1,6% dari remaja memenuhi kriteria IGD, dengan 5,1% lebih berisiko untuk IGD (Müller dkk, 2015).

Peningkatan penggunaan Internet pada siswa selama PJJ meningkatkan kemungkinan siswa juga menggunakan Internet untuk kegiatan lain seperti bermain *game*. Bermain *game* secara regular dapat meningkatkan kemungkinan remaja menjadi kecanduan *game online*. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melihat gambaran kecenderungan kecanduan *game online* pada siswa yang melakukan PJJ pada masa pandemi COVID-19.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Berikut penjelasan partisipan, prosedur, dan alat ukur penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Subjek penelitian penelitian adalah remaja usia 11-15 tahun yang

## Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)

Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia

ISBN: 978-623-97248-0-1

merupakan siswa SMP di kota Medan yang sedang mengikuti PJJ. Jumlah partisipan penelitian adalah 1094 remaja dengan usia rata-rata 12,94 tahun ( $SD=0,97$ ).

Pengambilan data dilaksanakan dengan menyebarkan skala kepada responden sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Pengambilan data penelitian dilakukan secara *online* dengan google formulir pada September-Oktober 2020. Peneliti menghubungi sekolah yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian dan membagikan *link* (tautan) kepada setiap wali kelas yang kemudian dibagikan kepada siswa. Setiap siswa yang mengisi diberikan souvenir kecil.

Skala kecenderungan IGD berdasarkan kesembilan kriteria *Internet Gaming Disorder* dalam DSM-V (APA, 2013) yaitu *preoccupation, tolerance, withdrawal, persistence, escape, problems, deception, displacement, dan conflict*. Peneliti menggunakan skala *Internet Gaming Disorder* (IGD) oleh Lemmens Valkenburg, Gentile (2015) yang telah di adaptasi kedalam bahasa Indonesia oleh Mursyad (2019) terbukti memiliki reliabilitas yang baik. Skala terdiri dari 27 item menggunakan bentuk skala guttman, dimana setiap item hanya memiliki 2 pilihan respon yaitu pernah dan tidak pernah. Skala disajikan dengan pernyataan yang mengandung pernyataan *favorable* (mendukung). Skor subjek terhadap suatu pernyataan *favorable* jika memilih respon Pernah = 1 dan Tidak Pernah = 0. Hasil uji coba menunjukkan reliabilitas skala IGD adalah 0.88.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden penelitian akan digolongkan ke dalam tiga tingkat kecenderungan kecanduan internet yaitu ringan, sedang dan berat berdasarkan *mean* hipotetik skala (13.5) dengan nilai minimal 0 dan nilai maksimal 27. Penggolongan berdasarkan *mean* hipotetik dari skala adalah menempatkan subjek pada kelompok berdasarkan rata-rata populasi bukan mengelompokkan subjek penelitian pada rata-rata sampel penelitian. Pengkategorian subjek penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah:

Tabel 1. Kategorisasi Kecenderungan kecanduan *Game Online*

Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
$x \leq 9$	Ringan	790	72.21%
$9 < x < 18$	Sedang	241	22.03%
$x \geq 18$	Berat	63	5.76%

Keterangan : x : Nilai rata-rata

Berdasarkan data yang disajikan pada Tabel 1 menunjukkan bahwa 63 orang (5.76 %) dari subjek penelitian mengalami kecenderungan kecanduan *game online* dalam kategori berat dan 241 orang (22.03 %) mengalami kecenderungan kecanduan *game online* dalam kategori sedang. Sedangkan 790 orang (72.21%) tergolong pada kecenderungan kecanduan *game online* ringan yang bisa disebut juga tidak mengalami kecanduan *game online*. Dari hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa lebih dari 5 % dari subjek penelitian mengalami kecenderungan kecanduan *game online* pada ketegori berat dan lebih dari 20 % subjek penelitian mengalami kecenderungan kecanduan *game online* dalam kategori sedang. Melalui data ini hampir 30 % subjek penelitian mengalami kecenderungan kecanduan *game online* dalam kategori berat dan sedang hal menunjukkan prognosis yang buruk mengenai kecanduan *game online* pada remaja awal.

## Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)

Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia

ISBN: 978-623-97248-0-1

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 5.76 % menunjukkan kecenderungan kecanduan *game online* dalam kategori berat. Hasil penelitian ini lebih tinggi dari temuan beberapa penelitian sebelumnya seperti (Laconi & Charbol, 2017) yang menemukan prevalensi kecanduan *game online* pada subjek usia 18-30 tahun sebesar 2%. Penelitian IGD di tujuh negara Eropa berdasarkan sampel representatif dari 12.938 remaja antara 14 dan 17 tahun menemukan 1.6% dari remaja memenuhi kriteria IGD, dengan 5.1% lebih berisiko untuk IGD (Müller dkk, 2015). Selanjutnya Studi kecanduan video *game* pada sampel pemain yang dipilih secara acak dari National Population Registry of Norway (N = 3.389). Hasil penelitian menunjukkan ada 1.4% *gamer* kecanduan, 7.3% *gamer* bermasalah, 3.9% *gamer* yang terikat (engaged gamers), dan 87.4% *gamer* normal (Wittek dkk, 2016). Paulus, Ohmann, Gontard, dan Popow (2018) memilih 10 studi berbasis populasi dan memperoleh prevalensi rata-rata 2 % kecanduan *game online*. Oleh karena ini temuan penelitian saat ini yang menunjukkan persentase lebih dari 5% siswa remaja awal usia 11-15 tahun mengalami kecenderungan kecanduan *game online*. Maka dapat dikatakan temuan ini menunjukkan prognosis yang buruk pada perkembangan remaja awal. Persentase yang lebih tinggi ditemukan pada subjek penelitian dibandingkan dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

Responden penelitian terdiri dari 506 subjek laki-laki dan 588 subjek perempuan. Nilai rata-rata skor skala kecenderungan IGD dari subjek laki-laki adalah 8.09 sedangkan pada subjek perempuan adalah 5.53.

Tabel 2. Nilai rata-rata skor skala kecenderungan IGD subjek laki-laki dan perempuan

Jenis kelamin	N	Rata-rata skor IGD	SD	SE
Laki-laki	506	8.09	5.809	0.258
Perempuan	588	5.53	5.405	0.223

Adapun hasil tambahan penelitian melihat perbedaan skor kecenderungan IGD berdasarkan jenis kelamin. Berdasarkan data yang disajikan pada tabel 2 menunjukkan bahwa skor kecenderungan IGD pada subjek laki-laki lebih tinggi dari skor kecenderungan IGD perempuan. Uji Mann-Whitney dilakukan untuk menguji apakah perbedaan yang terjadi signifikan. Hasil Mann-Whitney memperoleh nilai U adalah 189996 dengan  $p < 0.001$ . Maka dapat disimpulkan bahwa skor kecenderungan IGD laki-laki lebih tinggi daripada skor kecenderungan IGD perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa laki-laki cenderung lebih kecanduan *game online* dari pada perempuan. Kecanduan *game* lebih umum terjadi pada anak atau remaja laki-laki dibanding dengan anak perempuan, dan laki-laki lebih banyak menghabiskan waktu bermain *game* dari pada anak perempuan (Gentile dkk, 2011). Temuan juga sesuai dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan anak laki-laki bermain kira-kira dua kali lebih banyak per hari dan jam dibandingkan anak perempuan, dan menunjukkan lebih banyak prevalensi kecanduan *game* (Lloret Iries & Morell Gomis, 2016). Penelitian lain menunjukkan hal yg sama anak laki-laki menunjukkan gejala kecanduan *game* relatif tinggi dan stabil di banding anak perempuan (Coyne Dyer, Densley, Money, Day, & Harper, 2015).

### KESIMPULAN

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa bahwa lebih dari 5% dari subjek penelitian mengalami kecenderungan kecanduan *game online* pada ketegori berat. Selanjutnya lebih dari 20 % subjek penelitian mengalami kecenderungan kecanduan *game online* dalam kategori

## Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)

Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia

ISBN: 978-623-97248-0-1

sedang. Sedangkan remaja yang tidak mengalami gangguan *game* online atau dalam kategori normal lebih dari 70 %. Melalui hasil penelitian ini hampir 30 % subjek penelitian mengalami kecenderungan kecanduan *game online* dalam kategori berat dan sedang. Selain itu perlu disoroti bahwa populasi penelitian adalah siswa SMP yang masih dalam kategori remaja awal namun terlihat sudah lebih 5 % termasuk dalam kategori kecenderungan kecanduan *game online* berat. Selanjutnya hasil tambahan penelitian menunjukkan bahwa remaja laki-laki memiliki kecenderungan mengalami kecanduan *game online* lebih tinggi dari pada remaja perempuan. Temuan penelitian perlu menjadi perhatian untuk berbagai pihak. Perlu dilakukan program pencegahan yang tepat untuk menghindari lonjakan gangguan kecanduan *game online* khususnya pada remaja laki-laki. Seperti membuat aturan penggunaan internet dengan diskusi antara anak dan orangtua. Menciptakan kegiatan fisik selama masa PJJ. Diskusi mengenai penggunaan internet sehat dari pihak sekolah dan orangtua untuk mencegah kecanduan internet khususnya kecanduan *game online*.

### DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association (Ed.). (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5* (5. ed). American Psychiatric Publ.
- Bavel, J. J. V., Baicker, K., Boggio, P. S., Capraro, V., Cichocka, A., Cikara, M., Crockett, M. J., Crum, A. J., Douglas, K. M., Druckman, J. N., Drury, J., Dube, O., Ellemers, N., Finkel, E. J., Fowler, J. H., Gelfand, M., Han, S., Haslam, S. A., Jetten, J., ... Willer, R. (2020). Using social and behavioural science to support COVID-19 pandemic response. *Nature Human Behaviour*, 4(5), 460–471. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0884-z>
- Bestari, N. P. (2020). *2020: Pertama Dalam Sejarah, Sekolah Tutup Beralih ke Online*. tech. <https://www.cnbcindonesia.com/tech/20201231175605-37-212819/2020-pertama-dalam-sejarah-sekolah-tutup-beralih-ke-online>
- Coyne, S. M., Dyer, W. J., Densley, R., Money, N. M., Day, R. D., & Harper, J. M. (2015). Physiological Indicators of Pathologic Video Game Use in Adolescence. *Journal of Adolescent Health*, 56(3), 307–313. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.10.271>
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological Video Game Use Among Youths: A Two-Year Longitudinal Study. *PEDIATRICS*, 127(2), e319–e329. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1353>
- Kemp, S. (2020). *Didital 2020: Indonesia*. <https://datareportal.com/reports/digital-2020-indonesia>
- Kemp, S. (2020). *Digital 2020: Global Digital Overview*. DataReportal – Global Digital Insights. <https://datareportal.com/reports/digital-2020-global-digital-overview>
- Kominfo, P. (2020). *Penggunaan Internet Naik 40% Saat Bekerja dan Belajar dari Rumah*. Website Resmi Kementerian Komunikasi Dan Informatika RI. [http://content/detail/25881/penggunaan-internet-naik-40-saat-bekerja-dan-belajar-dari-rumah/0/berita\\_satker](http://content/detail/25881/penggunaan-internet-naik-40-saat-bekerja-dan-belajar-dari-rumah/0/berita_satker)
- Laconi, S., Pirès, S., & Chabrol, H. (2017). Internet gaming disorder, motives, game genres and psychopathology. *Computers in Human Behavior*, 75, 652–659. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.06.012>
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Gentile, D. A. (2015). The Internet Gaming Disorder Scale. *Psychological Assessment*, 27(2), 567–582. <https://doi.org/10.1037/pas0000062>
- Lloret Iries, D., & Morell Gomis, R. (2016). Impulsiveness and video game addiction. *Health and Addictions*, 16, 33–40.

## Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)

Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia

ISBN: 978-623-97248-0-1

- Mak, K.-K., Lai, C.-M., Watanabe, H., Kim, D.-I., Bahar, N., Ramos, M., Young, K. S., Ho, R. C. M., Aum, N.-R., & Cheng, C. (2014). Epidemiology of Internet Behaviors and Addiction Among Adolescents in Six Asian Countries. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *17*(11), 720–728. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0139>
- Midayanti, N. (2021). *Hasil sensus penduduk 2020*. Badan Pusat Statistik.
- Müller, K. W., Janikian, M., Dreier, M., Wölfling, K., Beutel, M. E., Tzavara, C., Richardson, C., & Tsitsika, A. (2015). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: Results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. *European Child & Adolescent Psychiatry*, *24*(5), 565–574. <https://doi.org/10.1007/s00787-014-0611-2>
- Paulus, F. W., Ohmann, S., von Gontard, A., & Popow, C. (2018). Internet gaming disorder in children and adolescents: A systematic review. *Developmental Medicine & Child Neurology*, *60*(7), 645–659. <https://doi.org/10.1111/dmnc.13754>
- Phelan, A. L., Katz, R., & Gostin, L. O. (2020). The Novel Coronavirus Originating in Wuhan, China: Challenges for Global Health Governance. *JAMA*, *323*(8), 709. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.1097>
- Salicetia, F. (2015). Internet Addiction Disorder (IAD). *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *191*, 1372–1376. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.292>
- Suler, J. (1996). *Psychology of Cyberspace—Internet Addiction Support Group*. <http://users.rider.edu/~suler/psyber/supportgp.html>
- Watson, J. C. (2005). Internet Addiction Diagnosis and Assessment: Implications for Counselors. *Journal of Professional Counseling, Practice, Theory, & Research; Austin*, *33*(2), 17–30.
- Weinstein, A., & Lejoyeux, M. (2010). Internet Addiction or Excessive Internet Use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, *36*(5), 277–283. <https://doi.org/10.3109/00952990.2010.491880>
- Wittek, C. T., Finserås, T. R., Pallesen, S., Mentzoni, R. A., Hanss, D., Griffiths, M. D., & Molde, H. (2016). Prevalence and Predictors of Video Game Addiction: A Study Based on a National Representative Sample of Gamers. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *14*(5), 672–686. <https://doi.org/10.1007/s11469-015-9592-8>